

PRINCIPALES RESULTADOS DEL PROYECTO I+D+i “INVESTIGACIÓN SOCIAL DE LAS NECESIDADES, BARRERAS E INNOVACIONES EN LA OFERTA DEPORTIVA A LAS MUJERES ADULTAS EN ESPAÑA”

María Martín Rodríguez Doctora en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Facultad Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) de la Universidad

Politécnica de Madrid

maria.martin@upm.es

ESPAÑA

Palabras clave: mujeres adultas, hábitos, demandas, innovaciones

1. Propósito e importancia del estudio

Martínez del Castillo et al. (1992) advertían que los cambios demográficos, económicos y sociales pueden modificar los hábitos y, por ende, el mercado de servicios deportivos en España. El incremento de la población adulta -1 de cada 3 personas en España- unido a algunos de los efectos de la actual crisis económica -incremento del desempleo, especialmente entre los hombres, y el empleo precario, reducción de ingresos y consumo (Laparra et al., 2012)-, sugieren la conveniencia de realizar investigaciones que, como el presente estudio, tengan como objetivo profundizar en el conocimiento de las repercusiones que estos cambios pudieran haber tenido en los hábitos deportivos de los diferentes grupos poblacionales. Estas investigaciones proporcionarían el conocimiento necesario para que las organizaciones deportivas públicas y privadas puedan adaptar adecuadamente su oferta de servicios de actividad física.

Desde otra perspectiva cabe señalar la importancia de que el numeroso grupo de población adulta incorpore la práctica regular de actividad física a sus estilos de vida. Este hecho puede tener importantes repercusiones sobre su salud (USDHHS, 2008) y calidad de vida (Moscoso et al., 2008) así como sobre el gasto sanitario presente y futuro y la práctica deportiva de las futuras generaciones (García Ferrando y Llopis, 2011).

A pesar de este conocimiento las personas adultas continúan siendo en España -junto con las personas mayores-, uno de los grupos etarios que menos deporte practica, aunque ha sido uno de los grupos de edad que más ha aumentado su tasa de práctica en las últimas décadas. De un 8.3% en 1980 a un 36% (García Ferrando y Llopis, 2011). Las sucesivas encuestas de hábitos deportivos en España también han ido poniendo de manifiesto las desigualdades en el acceso a la práctica deportiva entre mujeres y hombres; estas desigualdades han ido reduciéndose pero todavía continúan siendo importantes: el 31% de mujeres

practica deporte (sin incluir *caminar*) frente al 49.1% de los hombres (García Ferrando y Llopis, 2011).

Sobre las mujeres adultas García Ferrando y Llopis (2011) especifican que, entre los 30 y 35 años, es más intenso el abandono del deporte por parte de las mujeres, hecho que explican en base a las dificultades para conciliar la práctica deportiva con la incorporación al trabajo profesional y la fundación de una vida familiar. También Moscoso et al. (2008) señalan que la maternidad dificulta especialmente la práctica deportiva de las jóvenes mujeres adultas. Estos resultados podrían sugerir la escasa oferta deportiva adaptada a las condiciones de vida de estas mujeres. La falta de tiempo, debido principalmente al cuidado de familiares y hogar en ellas y el empleo en ellos, son las principales barreras que dificultan la práctica deportiva de las personas adultas en España. La falta de tiempo también ha sido identificada como la principal barrera para la práctica deportiva en la población adulta europea (EC, 2010).

En el actual momento de crisis económica, a los argumentos sociales de salud e igualdad entre sexos y grupos de edad, se ha sumado el argumento económico. Martínez del Castillo et al. (2005) pusieron de manifiesto que las mujeres adultas son un importante grupo demandante de servicios deportivos dirigidos por lo que pudiera ser un colectivo de especial interés para las organizaciones deportivas públicas y privadas españolas en el momento de actual crisis económica.

Las diversas investigaciones realizadas en España han puesto de manifiesto la existencia de dos culturas deportivas, la femenina y la masculina, diferentes en las barreras, tipo de actividad y sus características, expresadas a través de las diferencias en motivaciones, espacio y modo de organización de la práctica o gasto (Martínez del Castillo et al., 2005; Moscoso et al., 2008; Puig y Soler, 2004). Los hombres se inclinan en gran parte por una práctica autónoma al aire libre más intensa y competitiva mientras que la mayoría de las mujeres realizan una práctica dirigida, en una organización deportiva, enmarcada en el modelo *wellnes*. Cabe matizar que son escasas las investigaciones específicas sobre los hábitos, demandas y barreras de las personas adultas que proporcionen el conocimiento necesario para realizar las innovaciones que, en la actualidad, demandan las organizaciones deportivas españolas.

Estas han sido, en suma, las principales razones que impulsaron el desarrollo del proyecto I+D+i *“Investigación social de las necesidades, barreras e innovaciones en la oferta deportiva a las mujeres adultas en España”*. Financiado por el antiguo Ministerio de Ciencia e Innovación y el actual Ministerio de Economía y Competitividad con 163.000 € este proyecto está dirigido por la Dra. María Martín. El equipo de investigación está integrado por investigadores de la Universidad Politécnica de Madrid, la Universidad de Alcalá de Henares y la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla (España) – María Martín, Antonio Rivero, Benilde Vázquez, David Moscoso, Elida Alfaro, Jesús Martínez del Castillo, José Emilio Jiménez-Beatty y Maribel Barriopedro -, la universidad de Oslo (Noruega) – Kari Fasting- y la Universidad de Montpellier (Francia) - Anne Marcellini, Marie-Christine Courrouy y Sylvain Ferez-. Como

EPO colaboradoras de la divulgación de sus resultados se cuenta con el Consejo Superior de Deportes, la Comisión Mujer y Deporte del Comité Olímpico Español y la Asociación Española de Deporte para todos.

El **objetivo** general de este innovador proyecto persigue estudiar: las necesidades atendidas y no atendidas de actividades físicas y deportivas en las personas adultas en España, con especial atención a las mujeres; las barreras que les impiden practicar; y las innovaciones culturales, sociales y organizativas que habría que impulsar. Es decir se trata de lograr avances científicos y técnicos en el conocimiento de las innovaciones a introducir en las infraestructuras, procesos de gestión y servicios deportivos de las entidades públicas y empresas deportivas. Serán innovaciones que reduzcan las barreras y favorezcan incrementos sustanciales de las mujeres adultas que practican y disfrutan de los beneficios de las actividades físicas y deportivas, incrementando su calidad de vida y reduciendo las desigualdades en este ámbito.

2. Metodología

La metodología cuantitativa empleada ha consistido en una encuesta en la que fue aplicado un cuestionario mediante entrevista personal durante los años 2012 y 2013. La muestra probabilística polietápica fue de 3.463 personas adultas, de las que 1.739 son mujeres (edad media $44,5 \pm 9,6$) y 1.740 hombres (edad media $46,6 \pm 9,7$). Esta muestra fue estadísticamente representativa de las mujeres y hombres entre 30 y 64 años en España (52.824.138 personas adultas según el INE y el Padrón Municipal a 1-1-2011). Dado que es una población infinita o muy numerosa, y trabajando con un intervalo de confianza del 95,5%, y suponiendo el caso más desfavorable ($p = q$), el margen de error de muestreo fue de $\pm 1.7\%$.

Los participantes respondieron un cuestionario que incluía variables sobre hábitos y demandas de actividad física así como otras variables sociodemográficas. Este cuestionario también incluía cuestionarios específicos sobre barreras y alternativas de conciliación e innovaciones para facilitar el acceso a la práctica de actividad física.

Los análisis de los datos fueron efectuados, tras ser tabulados y mecanizados informáticamente, mediante el programa SPSS versión 18. Los análisis realizados en las variables sobre hábitos y demandas de actividad física fueron: análisis descriptivo (análisis univariable mediante gráficas de distribución de frecuencias relativas y análisis bivariable mediante tablas de frecuencias relativas) y análisis inferencial mediante pruebas de Chi-cuadrado de Pearson para variables cualitativas y pruebas t de Student para variables cuantitativas. Para cuantificar el tamaño del efecto se utilizó el Coeficiente de Contingencia y la d de Cohen. El nivel de riesgo se fijó en 0,05.

3. Resultados

3.1. Tipo de Demanda de actividad física y deportiva

La distribución del *tipo de demanda de actividad física semanal* no fue independiente del género ($\chi^2(3)=170.08$; $p<.001$; $CC=.216$). Más hombres (51.2%) que mujeres (31%) practicaban algún tipo de actividad físico-deportiva diferente de caminar, para más mujeres (25.5%) que hombres (13.2%) su actividad física principal practicada fue caminar. Más mujeres que hombres no practicaban aunque deseaban hacerlo (23.9% mujeres, 18% hombres) y no practicaban ni deseaban practicar (19.6% mujeres, 17.7% hombres).

3.2. Demanda Establecida: Hábitos y necesidades atendida

Hay diferencias significativas de género en las actividades practicadas ($\chi^2(13)=567.8$; $p<.001$; $CC=.463$). Hay más mujeres que hombres que caminan y realizan clases colectivas dirigidas y orientadas al mantenimiento de la forma física relacionada con la salud. Ellos practican en mayor medida actividades más intensas y autónomas como el ciclismo, correr, musculación, actividades al aire libre y los deportes de confrontación, como el fútbol. Las actividades más practicadas por los hombres, y que alcanzaron cuotas de práctica superiores al 5%, fueron caminar (20.5%), ciclismo (16.4%), correr (14.5%), fútbol (8.8%), actividades al aire libre y en el medio natural (8.5%), musculación y sala fitness (7.8%) y natación (5.8%). Aunque caminar es también para las mujeres la actividad más practicada ellas la realizan en mayor medida que los hombres (45.5%). Las actividades más practicadas entre las mujeres fueron las clases colectivas (26.4%) natación (8.3%) y correr (6.1%).

Con respecto a las *características de la actividad principal practicada* el análisis del *gasto mensual* en la actividad físico-deportiva practicada reveló diferencias en función género ($t_{2,071}=2$ $p=.045$; $d=.09$). Las mujeres, en promedio, pagarían más por practicar (11.36€) que los varones (9.52€).

Al analizar el *modo de dirección* de la AFDXT deseada hubo diferencias significativas en función del género ($\chi^2(1)=82.3$; $p<.001$; $\Phi=.200$). Aunque la práctica autónoma es mayoritaria en ambos sexos (85.2% hombres, 68.5% mujeres) ellas practican en mayor medida (31.5%) que los hombres (14.8%) bajo dirección profesional.

El análisis del *modo de organización* de la actividad practicada evidenció diferencias significativas en función del género ($\chi^2(5)=68.7$; $p<.001$; $CC=.179$). Más hombres (47.9%) que mujeres (42%) realizan una práctica auto-organizada en solitario o en una organización privado-asociativa (club) (12.2% hombres, 7.9% mujeres) mientras que son más las mujeres que realizan una actividad ofertada por una organización privado comercial (16.2% mujeres, 8.7% hombres) y por su ayuntamiento, es decir, por una organización pública (7.3% mujeres, 2.2% hombres).

Al analizar el *espacio de práctica* de la actividad practicada hubo diferencias significativas en función del género ($\chi^2(5)=29.8$; $p<.001$; $CC=.119$). Aunque la práctica al aire libre es mayoritaria en ambos sexos (62.1% hombres; 56.8% mujeres) más hombres (34.1%) que mujeres (24.1%) practican al aire libre en un espacio simbólico natural mientras que más mujeres (32.7%) que hombres (28%) practican en un espacio simbólico urbano al aire libre. Ambos sexos utilizan en la misma medida las instalaciones deportivas de una organización pública (18.2% mujeres, 18.1% hombres) y las mujeres utilizan más las instalaciones deportivas privadas (20.2% mujeres, 15.3% hombres).

3.3. *Demanda Latente: Demandas y necesidades no atendidas*

Hay diferencias significativas de género en las actividades practicadas ($\chi^2(13)=212.9$; $p<.001$; $CC=.479$). Hay más mujeres que hombres que demandan clases colectivas dirigidas y orientadas al mantenimiento de la forma física relacionada con la salud y natación. Ellos demandan en mayor medida actividades más intensas y autónomas como el ciclismo, correr, musculación, actividades al aire libre y los deportes de confrontación, como el fútbol, baloncesto, pádel y deportes de combate. Las actividades más demandadas por los hombres, y que alcanzaron cuotas de práctica superiores al 5%, fueron fútbol (17.5%), ciclismo (14.3%), correr (14%), natación (8.4%), deportes de aire libre (7.5%), musculación y sala fitness (6.8%) y natación (5.8%). Las actividades más demandadas por las mujeres fueron las clases colectivas (34.6%) natación (22.9%), caminar (10.3%), correr (7.6%), y ciclismo (6.9%).

Con respecto a las *características de la actividad principal demandada* el análisis del *gasto mensual* en la actividad físico-deportiva practicada reveló diferencias en función género ($t_{719}=1.81$; $p=.035$; $d=0.08$). Las mujeres, en promedio, pagarían más por practicar (16.08€) que los varones (14.1€).

Al analizar el *modo de dirección* de la AFDXT deseada hubo diferencias significativas en función del género ($\chi^2(1)=52.4$; $p<.001$; $\Phi=.269$). Mientras que el 68.1% de las mujeres desearía practicar bajo supervisión o dirección profesional el 58.8% de los hombres desearían hacerlo de forma autónoma.

El análisis del *modo de organización* de la actividad practicada evidenció diferencias significativas en función del género ($\chi^2(5)=64.8$; $p<0.001$; $CC=.292$). Más hombres (69.7%) que mujeres (41.8%) desearían una práctica auto-organizada en solitario (30.7% hombres, 18.6% mujeres) o con amistades y/o familiares (39% hombres, 23.2% mujeres). Más mujeres que hombres desearían practicar una actividad ofertada por su ayuntamiento (28% mujeres, 9.3% hombres) o una organización deportiva privado-comercial (16.9% mujeres, 8% hombres). Un 12.7% de hombres y un 12.8% de mujeres desearían realizar una actividad ofertada por una organización privado-asociativa (club).

Al analizar el *espacio de práctica* de la actividad practicada hubo diferencias significativas en función del género ($\chi^2(5)=31.52$; $p<.001$; $CC=.204$). Más

mujeres (47.1%) que hombres (36%) desearían practicar a cubierto en una instalación deportiva pública o privada (17.1% mujeres, 10% hombres) mientras que ellos preferirían los espacios simbólicos al aire libre naturales (30.2% hombres, 16.4% mujeres) y urbanos (19% hombres, 13% mujeres).

4. CONCLUSIONES, DISCUSIÓN Y RECOMENDACIONES

Los resultados sugieren que la tasa de práctica deportiva desde el inicio de la actual crisis económica se ha incrementado en ambos sexos, aunque lo ha hecho más en los hombres (de 34.5% a 51.2%) que en las mujeres (de 28.8% a 31%) (Moscoso et al., 2008). Estos resultados son también similares a los obtenidos por García Ferrando y Llopis (2011) también en cuanto que, en España, más mujeres (25.5%) que hombres (13.2%) utilizan el caminar para hacer ejercicio físico.

Aunque ha aumentado la tasa de práctica deportiva ha descendido el número de usuarios y clientes de las organizaciones deportivas públicas, ya que la práctica autónoma no solo es mayoritaria, sino que también ha aumentado en ambos sexos: de 72.3% a 85.2% hombres, y de 46.5% a 68.5% mujeres (Moscoso et al., 2008), principalmente al aire libre (62.1% hombres, 56.8% mujeres). Esta tendencia está en consonancia con la apuntada por García Ferrando y Llopis (2011) en el conjunto de la población española (75% de práctica autónoma) y constituye uno de los importantes cambios en los hábitos deportivos desde el inicio de la actual crisis económica. Este fenómeno se venía presentando desde 1990 pero en los últimos años se ha acentuado y pudiera atribuirse a diversos factores: el descenso de ingresos provocado por la actual crisis económica (Laparra et al., 2012), la facilidad que actividades como caminar, correr o montar en bicicleta ofrecen para conciliar las ocupaciones profesionales y personales con la práctica deportiva o la mayor accesibilidad y capacidad para la práctica autónoma (más información gracias a las nuevas tecnologías, mayor seguridad percibida de los espacios de práctica y “efecto llamada” debido al incremento de personas que practican, etc...).

Las desigualdades de género en el menor acceso a la práctica deportiva de las mujeres podrían ser explicadas por una serie de diferencias en las actividades practicadas, en el modo de dirección y organización de la práctica, en el espacio utilizado, así como en el gasto mensual en la actividad practicada.

Una de las principales desigualdades es que las mujeres pagan más (11.36€) que los hombres (9.52€) por practicar. Esto pudiera ser debido a que los hombres continúan practicando mayoritariamente actividades autónomas (que no requieren un gasto en un técnico/al), muchas de ellas en espacios simbólicos (no requieren un gasto en instalación), mientras que el 31.5% de las mujeres practican bajo dirección profesional una actividad ofertada por una organización privado-comercial (16.2%) o pública (7.3%), principalmente clases colectivas (26.4%) y natación (8.8%), es decir, enmarcadas en un modelo de práctica organizado *wellness* (Martínez del Castillo et al. (2005). La segunda explicación,

ya apuntada por Puig y Soler (2004), es que las organizaciones privado-comerciales (más caras) parecen dar una mayor respuesta que las públicas a las demandas y condiciones de vida de las mujeres, aunque solo son accesibles a las mujeres que puedan efectuar este gasto. El 16.2% de mujeres practica una actividad ofertada por un centro fitness/wellness o gimnasio (8.7% hombres) y son menos, un 7.2% (2.2% hombres) las que realizan una actividad ofertada por su ayuntamiento. El análisis de los espacios pone de manifiesto que ambos sexos utilizan las instalaciones públicas para practicar de forma autónoma: 18.1% hombres y 18.2% mujeres. El descenso de la práctica dirigida ha sido muy importante en las mujeres, desde un 63.9% (Moscoso et al., 2008) a un 23.5% en el presente estudio, reflejado también en el descenso de las dos actividades más practicadas por mujeres desde 2007, las clases colectivas (de un 54.7% a un 26.4%) y la natación (de un 36.8% a un 8.8%). En este sentido parecen haber cambiado las actividades incrementándose el número de practicantes de actividades cuerpo-mente, surgiendo nuevas actividades con soporte musical (como el Zumba o el ciclo Indoor) y descendiendo las practicantes de la tradicional gimnasia de mantenimiento y natación. Por otro lado, se han incrementado desde un 8.8% (Martínez del Castillo et al., 2005) a un 45.5% las mujeres que caminan. El descenso de los ingresos y el consumo unido a los déficits en la oferta deportiva dirigida adaptada a sus condiciones de vida (empleo/hijos/hogar) pudieran ser algunas de las razones que explicaran estos importantes cambios en los hábitos deportivos de las mujeres adultas españolas. Mediante la actividad caminar 5 de cada 10 mujeres continúan realizando ejercicio físico dentro de un nuevo modelo autónomo *wellness* de práctica mientras que en los hombres continúa observándose un modelo de práctica autónomo (85.2%) de actividades más intensas y competitivas, como montar en bicicleta (16.4%), correr (14.5%), jugar al fútbol (8.8%), deportes *outdoor* (8.5%) y musculación (7.8%).

En relación a las personas adultas no practicantes los resultados muestran diferencias de género en la Demanda Latente y Ausente: más mujeres (23.9%) que hombres (18%) no practican pero desean hacerlo y son también más las mujeres (19.6%, 17.7% hombres) que no practican ni desean hacerlo. Moscoso et al. (2008) también señalaban que había más mujeres que hombres en la Demanda Latente y Ausente antes del inicio de la actual crisis económica. Los resultados obtenidos en la Demanda Latente sugieren la existencia de un importante mercado potencial para las organizaciones deportivas españolas, especialmente las públicas, ya que 1 de cada 4 mujeres adultas en España aunque no practica desea hacerlo y, entre estas mujeres, un 28% de ellas (frente al 9.3% de hombres) desearía practicar una actividad ofertada por su ayuntamiento, un 16.9% en una organización privado-comercial (centro *fitness/wellness*, gimnasio) (8% hombres) y un 12.8% en una privado asociativa (club) (12.7%) hombres.

El análisis de las diferencias de género en las actividades demandadas y sus características en la Demanda Latente corrobora esta tendencia: ellas demandan mayoritariamente una actividad dirigida por un o una profesional (68.1%) mientras que ellos preferirían más que ellas una práctica autónoma

(58.8%) y más mujeres que hombres desearían practicar en una instalación deportiva pública (47.1% mujeres, 36% hombres) o privada (17.1% mujeres, 10% hombres) mientras que ellos preferirían los espacios simbólicos al aire libre naturales (30.2% hombres, 16.4% mujeres) y urbanos (19% hombres, 13% mujeres). Estas mujeres, al igual que las practicantes, estarían dispuestas a pagar más que los hombres: 16.08€ ellas y 14.1€ ellos. Este gasto es superior al que efectúan los practicantes: 11.36€ mujeres y 9.52€ hombres.

En relación a las actividades más demandadas se observan tendencias similares en las diferencias de género, excepto en la actividad caminar. Las actividades más demandadas por las mujeres que no practican pero desean hacerlo fueron las clases colectivas (34.6%) natación (22.9%), correr (7.6%) y ciclismo (6.9%), todas ellas con tasa de demanda más elevada que tasa de práctica. Caminar también se encuentra entre las actividades más demandadas por estas mujeres pero destaca que solo sea demandada por un 10.3% frente al elevado 45.5% de las practicantes. Se observan también diferencias entre las practicantes y las que no practican pero desean hacerlo en las clases colectivas: la gimnasia de mantenimiento y la natación son las actividades más demandadas pero no las más practicadas. Estos datos podrían sugerir la escasez de piscinas ya apuntada por Martínez del Castillo et al. (2005) y la conveniencia de ampliar la oferta de gimnasia de mantenimiento. Las actividades con música y el pilates alcanzan también altas cuotas de demanda aunque no tan elevadas como las actividades mencionadas. Pudiera ser que la escasez de espacios adecuados en las instalaciones deportivas públicas pudiera dificultar responder a esta demanda aunque, tal y como se recomienda (CSD-FEMP, 2011), sería conveniente revisar el equilibrio del uso de espacios y horarios entre los diversos grupos de edad y sexos. Entre los hombres las actividades más demandadas fueron fútbol (17.5%), ciclismo (14.3%), correr (14%), natación (8.4%), deportes de aire libre (7.5%), musculación y sala fitness (6.8%) y natación (5.8%). Aunque difieren en las tasas de demanda y práctica estas son las actividades que cuentan con mayor número de hombres demandantes y practicantes.

Llegados a este punto se plantea una pregunta ¿por qué las mujeres adultas que podrían pagar una actividad dirigida que querrían practicar no llegan a hacerlo?. Esta pregunta parece ser un elemento clave para que, por un lado, sea posible incrementar el número de mujeres practicantes y, por otro, para que las organizaciones deportivas públicas y privadas puedan incrementar sus respectivas usuarias y clientas.

Para responder a esta pregunta se relacionan los resultados obtenidos con las principales conclusiones de dos comunicaciones presentadas a este congreso *“Relación de la edad y la ocupación con las barreras para la práctica de actividades físico-deportivas de las mujeres adultas españolas”* y *“Alternativas de conciliación e innovaciones en la oferta deportiva dirigidas a disminuir las barreras para la práctica de actividad física de las personas adultas en España: Diferencias de género”*.

Las personas adultas, en comparación con la infancia, la juventud y los mayores, es el grupo que dispone de menos tiempo libre de ocupaciones profesionales y laborales por lo que, para poder practicar, es necesario que las organizaciones deportivas tengan en cuenta sus condiciones de vida. Los análisis exploratorios previos evidenciaron que las mujeres presentaban un mayor número de barreras que los hombres y que los adultos jóvenes presentaron más barreras que los adultos mayores. Entre los adultos jóvenes de ambos sexos la falta de tiempo personal, el cuidado de los hijos e hijas y el empleo fueron las barreras más importantes, aunque el empleo lo fue más para los hombres y el cuidado de los hijos lo era más para las mujeres. Dentro del grupo de no practicantes pero que deseaban practicar (Demanda Latente) la barrera relacionada con el cuidado de los hijos alcanzó las puntuaciones más elevadas en el grupo de mujeres entre 30 y 35 años que tenían hijos y empleo (2.27), seguidas del grupo de la misma edad con hijos y sin empleo (2.29). La siguiente barrera en importancia "*No soy capaz de generar tiempo para mí*" obtuvo las puntuaciones más elevadas en las mujeres que trabajan y tenían hijos entre 30 y 35 años (2.23), entre 36 y 49 años (2.38) y de más de 50 años (2.05). Estos resultados en las barreras fueron similares a los obtenidos por Martínez del Castillo et al. (2005) y evidencian que la "doble jornada" o, mejor dicho, la "triple jornada", es decir, la suma del tiempo dedicado a las diversas responsabilidades profesionales y personales (empleo/hijos/hogar) constituye una importante barrera para la práctica deportiva de las mujeres adultas españolas. Estos resultados evidencian que la incorporación al mercado laboral de las mujeres ha conllevado en muchos casos la acumulación de dichas tareas con sus trabajos tradicionales (cuidado de los hijos y hogar) dificultando o haciendo desaparecer su tiempo y actividades de ocio, incluyendo las actividades físico-deportivas. Sin embargo, se observa un avance cultural en las tareas relacionadas con el cuidado del hogar: aunque la mayoría de las mujeres declaró ocuparse de todas o la mayoría de las tareas del hogar entre las mujeres adultas más jóvenes esta barrera para practicar resultó menos importante que en las mujeres más mayores. No sucedió así en el caso del cuidado de los hijos y, los resultados obtenidos en las alternativas de conciliación, pudieran sugerir que esta es la cuestión clave a considerar por las organizaciones deportivas.

Las alternativas más mencionadas por las mujeres fueron la oferta de actividades físico-deportivas para adultos y menores (en la misma actividad, horario y espacio) (1.76) seguida de actividad diferente para padres/madres e hijos/as en el mismo horario e instalación" (1.75), es decir, que las mujeres se permitirían practicar a la vez que sus hijos practican. Los análisis pusieron de manifiesto que, aunque estas fueron las innovaciones más demandadas por ambos sexos, fueron más importantes para las mujeres. La demanda de guarderías, ludotecas y bibliotecas en la Instalación Deportiva fue señalada también por gran parte de estos mujeres y hombres. Parece más interesante la opción Ludoteca por ser el juego una actividad motriz precursora del deporte. Con respecto a las innovaciones más mencionadas la primera -actividades conjuntas para adultos e niños/as-, se trata de una acción muy novedosa ya que en España es muy escasa este tipo de oferta mientras que la segunda –

actividades en el mismo horario e instalación para adultos y niños/as-, se trata de una recomendación ya apuntada estudios (Martínez del Castillo et al., 2005) y organismos (CSD-FEMP, 2011). Cabe señalar el éxito de estas medidas en las organizaciones públicas y privadas en las que se han implantado (Martínez del Castillo et al., 2005) y que son las organizaciones deportivas públicas las que en España cuentan con las instalaciones más adecuadas para su desarrollo. Su implantación permitiría no solo fomentar la igualdad en el deporte sino también a través del deporte, ya que las acciones de marketing podrían incidir en la importancia no solo de cuidar a otros (llevar a sus hijos e hijas a practicar deporte), sino también de seguir cuidándoles siendo un buen modelo (“*Si quieres que tus hijos practiquen practica tú también*”) y que, quizás impulsadas por esa motivación, lleguen a hacer de su cuidado personal, es decir, de su práctica regular de actividad física, algo tan importante para ellas como el cuidado de su familia.

En relación a las organizaciones privado-comerciales cabe mencionar que la ampliación de su oferta *low cost* (gimnasios a bajo precio) tratan de adaptarse al descenso de los ingresos y el consumo, pero las mujeres de la Demanda Latente solicitan en mayor medida oferta pública. Esta demanda pudiera explicarse no solo en base al menor precio percibido de estas organizaciones, sino también a su percepción de que son las organizaciones públicas las que pueden llegar a ofertar actividades en el mismo horario e instalación de ellas y sus hijos/as.

Otras innovaciones señaladas a emprender por las organizaciones deportivas fueron la oferta de actividades físico-deportivas en el trabajo y la puesta en marcha de convenios entre centros de trabajo y organizaciones deportivas, iniciativas desarrolladas con éxito por empresas referenciales en su sector que entienden que facilitar la práctica de actividades físico-deportivas a sus empleados y empleadas, además de mejorar su salud y bienestar, incrementa su rendimiento y productividad.

Para terminar esta conferencia parece pertinente resaltar dos situaciones que pueden llegar a marcar de manera importante el presente y el futuro de las mujeres adultas españolas. Por un lado que hay un importante número de mujeres con empleo en España (al igual que en otros países desarrollados durante la crisis económica ha descendido el empleo en ambos sexos pero lo ha hecho más entre los hombres), que, a diferencia de otros países europeos, en España y hasta ahora, han sido las mujeres empleadas las que más tenían hijos y, por último, que la nueva ley del aborto reduzca las posibilidades de las mujeres sobre la posibilidad de decidir o no ser madres, lo que podrá afectar de manera importante a las condiciones de vida de las mujeres adultas españolas.

5. BIBLIOGRAFÍA

CSD-FEMP (2011). *Guía para la incorporación de la perspectiva de género a la gestión deportiva municipal*. Madrid: Consejo Superior de Deportes – Federación Española de Municipios y Provincias

- García-Ferrando, M. y Llopis, R. (2011). *Ideal democrático y bienestar personal, Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas-Consejo Superior de Deportes.
- Laparra, M. Pérez-Eransas, B. (Coord.), Lasheras, R.; Carbonero, M.A.; Guinea-Martín, D.; Zugasti, N.; Ayala, L.; Martínez, L.; Sarasa, S.; García, A.; Guillén, A.M.; Pavolini, E.; Luque, D.; Anaut, S. (2012). *Crisis y fractura social en Europa. Causas y efectos en España*. Colección Estudios Sociales nº 35. Barcelona: Fundación La Caixa
- Martínez del Castillo, J.; Navarro, C.; Fraile, A.; Puig, N.; Jiménez, J.; de Miguel, C. (1992). *Deporte, sociedad y empleo. Proyección del mercado deportivo laboral en la España de los noventa. En los sectores de entrenamiento, docencia, animación y dirección*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia - Consejo Superior de Deportes.
- Martínez del Castillo, J. (dir.); Vázquez, B.; Graupera, J.L.; Jiménez-Beatty, J. E.; Alfaro, E.; Hernández, M.; Ríos, D.A. (2005). *La actividad física y deportiva de las mujeres en el municipio de Madrid*. Madrid: Dirección General de Igualdad de Oportunidades del Ayuntamiento de Madrid
- Moscoso, D. y Moyano E. (Coords.), Biedma, L.; Fernández-Ballesteros, R.; Martín, M.; Ramos, C.; Rodríguez-Morcillo, L. y Serrano, R. (2008). *Deporte, salud y calidad de vida*. Colección Estudios Sociales nº 26. Barcelona: Fundación La Caixa.
- Puig, N. y Soler, S. (2004). *Mujer y deporte en España: estado de la cuestión y propuesta interpretativa*. *Apunts Educación Física y Deportes*, 76, 71-78.
- USDHHS (2008). *Physical Activity Guidelines Advisory Committee Report, 2008*. Washington, DC: United States Department of Health and Human Services.



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES



**XX Simposio
Internacional**

en Ciencias del Deporte, el Ejercicio y la Salud

Del 12 al 16 de mayo de 2014

**MEMORIA GENERAL DE
CONFERENCIAS, PÓSTER Y TALLERES**